

Grazie all'Associazione Psicologia Utile

"La Sicurezza Stradale attraverso gli occhi dei bambini" in mostra a palazzo Vochieri

NOVARA (c.c.) Tra gli ambienti maggiormente frequentati dall'uomo la strada è uno di quelli. Sono da considerarsi facenti parte della strada poi tutte le strutture e le aree ad uso delle persone come il marciapiede, le aree pedonali, il golfo di fermata, l'isola spartitraffico, l'isola salvagente, il parcheggio, il piazzale di sosta, la pista ciclabile, la fascia di rispetto. La strada: luogo di incontro e di passaggio. Purtroppo questa è sempre più un luogo di scontro e fine. I dati degli incidenti stradali relativi al 2006 secondo le statistiche ISTAT parlano chiaro: il numero degli incidenti sulla strada ammonta a 238.124, di cui i morti sono 5.669; il numero dei morti su strade urbane e altre strade 5.079; il numero dei morti in autostrada 590; il numero dei feriti 332.955. Tante, troppe vite, rischiano quotidianamente la vita. Parlo di vite e non solo di persone perché molti animali vengono uccisi. Pensate agli abbandoni in autostrada nel periodo delle vacanze. Sul come e perché avvengono gli incidenti si è visto che il 76,6% avviene per lo scontro tra due o più veicoli. La tipologia di scontro più frequente è quello frontale laterale (85.098 casi con 1.373 morti e 121.828 feriti) seguita dal tamponamento (43.610 con 581 morti e 70160 feriti) e dagli incidenti isolati avvenuti per sbandamento o fuoriuscita (21.959 di cui i morti sono 1.127 e i feriti 27.647). Tra le regole del codice della strada più violate ci sono quelle, che definirei del rispetto dell'altro, e sono la precedenza (17,74%) la velocità (12,76%) e la di-

stanza di sicurezza (10,40%). Se nella strada si perde di vista il rispetto al codice della strada, e quindi il rispetto dell'altro, si rischia di fare da sé, vivendo la strada come una giungla dove comanda il più forte. In realtà non è, e non deve essere così. E a parlare sono i morti che quotidianamente periscono per aver schiacciato troppo e per troppe volte il pedale della "furbizia". Ogni automobilista dovrebbe sapere che il 97,3% degli incidenti si verifica per cause o concause imputabili al comportamento poco corretto del pedone o del conducente. Ne consegue che il miglior dispositivo di sicurezza, la migliore polizza assicurativa sulla vita è attivare la propria testa. La maggior parte dei guidatori è convinto di avere una guida perfetta. Per il solo fatto di saper condurre il mezzo è esente da errori. Non è così! Essendo un'azione eseguita da una persona, la guida è fortemente mediata dalla soggettività di quella specifica persona. Soggettività legata non solo alla capacità di guidare bene o male, quanto alle variazioni dello stato psicofisiologico ed emozionale di quella persona. Quando si è agitati, in ansia, nervosi, arrabbiati, sereni, appagati, malinconici, tristi... la guida non è mai la stessa. A cambiare è la soglia di percezione del contesto esterno. Quando sono arrabbiato o nervoso, si è meno tolleranti agli altri, imputando a questi tutta una serie di errori e di infrazioni non ponendo attenzione a sé. Sovente chi è in stato di ansia (legato magari ad un ritardo) pur essendo nel torto pensa ad avere sempre ragione: d'altronde lui/lei è in ritardo quindi

è giustificato se commette un infrazione! Quando si è sereni e tranquilli la guida diventa riposante e tutto sembra scorrere tranquillamente: non ci si arrabbia, si è molto più tolleranti, si cede anche il passo ad altre macchine o ai pedoni. È fondamentale dunque, quando si è alla guida, avere la piena e totale consapevolezza di ciò che si sta facendo, senza lasciare nulla al caso. Basta una distrazione, una semplice distrazione (come attraversare la strada e non guardare dal lato di arrivo delle macchine) e la tua vita può finire lì! In quest'anno scolastico lo staff di **Psicologia Utile** guidato dalla dottoressa **Barbara Camilli** ha svolto in accordo con l'Assessorato all'Istruzione e con il Comando di Polizia Municipale degli interventi di educazione stradale finalizzati alla consapevolezza di sé nella strada, come soggetto trasportato o come pedone. I bambini hanno poi elaborato le informazioni attraverso dei disegni, ai quali è stata dedicata una mostra dal titolo **La Sicurezza Stradale attraverso gli occhi dei bambini** presso la saletta di Palazzo Vochieri a Novara. Il prossimo 16 e 17 giugno la Prenatal del Centro Commerciale San Martino, ospiterà i disegni più rappresentativi. Siete tutti invitati a prendervi parte per vedere quanto i bambini hanno da dirvi.

A cura Barbara Camilli
Psicologa Psicanalista, Socia
Formatrice per SipSivi (Società Italiana Psicologia Sicurezza Viaria)
www.Psicologia-utile.it
Segreteria 3492975829

Crema, fondotinta, ombretti, mascara e matite
Segreti per un make up perfetto
Tutti i passaggi per ottenere un trucco impeccabile anche a casa

(c.c.) Ogni donna conosce l'importanza del make up, spesso però non sa come eseguire in modo corretto le diverse fasi del trucco. Ecco allora qualche semplice consiglio per essere davvero impeccabili. Si tratta di una semplice sequenza, che però vi permetterà di eseguire un buon trucco. Per prima cosa applicate sempre una crema idratante ed emolliente prima di iniziare il trucco. Quindi correggete eventuali discromie con un prodotto specifico e applicate il copricchiaie, picchettando leggermente. A questo punto potete applicare il fondotinta, nella nuance che più si adatta al vostro incarnato, stendendolo perfettamente con la speciale spugnetta e stendere un sottile strato di cipria tamponando delicatamente con il piumino. È il momento di pensare agli occhi, che vanno truccati con la matita. La linea va poi sfumata con un ombretto chiaro, che deve essere steso con lo sfumino. Quindi si applica l'ombretto scuro. Chi desidera può tracciare su ogni occhio una linea di eyeliner, mentre non si può trascurare la mascara. Le sopracciglia vanno pettinate con l'apposito pettinino e bisogna eliminare eventuali «buchi» con la matita. Solo al termine di questo passaggio potranno essere fissate con un apposito prodotto. Altrettanta attenzione va dedicata alla bocca. Le labbra vanno innanzitutto disegnate con la matita, in seguito si applicano rossetto e lucidalabbra. Per concludere applicate un leggero strato di fard dai colori ambrati e fissate il trucco con l'apposito spray.



Trucco bellissimo e senza problemi anche per chi indossa le lenti a contatto

Il make up riveste un ruolo importantissimo nella bellezza di ogni donna. Poche sono disposte a rinunciare a quel filo di trucco che le fa sentire più affascinanti. A volte però è necessario prestare particolare attenzione a quanto e come ci si trucca. Come nel caso in cui si desidera truccare gli occhi, pur indossando le lenti a contatto. Le portatrici di lenti, infatti, devono adottare alcune precauzioni, per evitare fastidiose complicazioni e per fare in modo di ottenere sempre i migliori ri-

sultati. Se la lente viene a contatto con le sostanze contenute nei prodotti cosmetici, infatti, si rischiano irritazioni, reazioni allergiche e infezioni. Per evitare spiacevoli inconvenienti è sufficiente adottare semplici accorgimenti. Non toccare mai le lenti se le mani e le dita non sono perfettamente pulite e prive di ogni residuo di trucco. Importante, poi, è applicare le lenti prima di iniziare le operazioni di make-up e togliere le lenti prima di struccarsi. Altrettanto importante è utilizzare prodotti cosmetici di qualità, in commercio ci sono anche prodotti specifici per i portatori di lenti a contatto. È possibile utilizzare anche altri prodotti, purché siano ipoallergenici o specifici per occhi sensibili. È bene evitare l'uso di prodotti grassi e l'applicazione. Chi usa l'ombretto dovrebbe evitare quelli iridescenti o ad effetto lucido, poiché contengono polveri che possono essere particolarmente irritanti per chi indossa le lenti. Inoltre è preferibile utilizzare cosmetici in polvere pressata, rispetto a quelli oleosi o in crema. Così come in polvere pressata è bene che sia la cipria. Eyeliner e matite non vanno applicati sul bordo interno delle palpebre poiché potrebbero causare irritazioni; mentre per quanto riguarda la mascara l'ideale sarebbe utilizzarne uno classificato come resistente all'acqua.

TRAC
LABORATORIO ARTIGIANALE

ALIMENTI SENZA GLUTINE e BIOLOGICI

Da 20 anni ci occupiamo di senza glutine, anche in ambito ristorativo, (www.ristorantelarustica.com), come naturale evoluzione nasce questo laboratorio

LA NOSTRA PRODUZIONE:
PANE, CRACKER, GRISSINI, TORTE SALATE, DOLCI, FOCACCE, PIZZE, BRIOCHES

Realizziamo prodotti personalizzati secondo richiesta del cliente.
Ogni giorno PANE speciale per tipi SPECIALI

CONSEGNA a DOMICILIO

Tra i nostri ingredienti: Grano Saraceno, Antiche varietà di Mais, Riso Rosso, Riso Nero, Formaggi 100% Capra, Burro di Zangola, Olio extra vergine di oliva

TRAC - Via dei Mille 1/B - BORGOMANERO (NO)
Tel. 345.9037896 - infotracsas@libero.it
www.tracsenzaglutine.com

IL SEGRETO DI **VENERE**
ESTETICA BENESSERE

GIUGNO di GRANDI PROMOZIONI!

5 FANGHI SNELLENTI-ANTICELLULITE + 1 PRESSOTERAPIA
~~€ 375,00~~
€ 250,00

5 FANGHI DRENANTI RASSODANTI
~~€ 275,00~~
€ 210,00

5 TRATTAMENTI ANTICELLULITE all'OZONO + 5 PRESSOTERAPIA
~~€ 475,00~~
€ 400,00

Vi aspettiamo!

Via Valle, 52 - OLEGGIO (NO)
Tel. 0321 992168